

ABSTRAK

Kenyataan saat ini tidak banyak ibu hamil mengetahui manfaat senam hamil, sehingga mengakibatkan banyaknya ibu hamil tidak melakukan senam hamil secara teratur selama masa kehamilannya. Berdasarkan data tahun 2009-2010 ibu hamil yang memeriksakan kehamilannya di BKIA Rumah Sakit Islam Jemursari Surabaya 1277 ibu hamil, yang mengikuti senam hamil hanya sekitar 44,7 %, sedangkan yang 55,3% tidak mengikuti senam hamil. Tujuan penelitian adalah mengetahui gambaran keteraturan senam hamil pada ibu primigravida di Rumah Sakit Islam Jemursari Surabaya.

Design yang digunakan adalah deskriptif. Populasi adalah ibu primigravida yang mengikuti senam hamil sebesar 18 orang. Sampel adalah seluruh ibu primigravida dengan pengambilan sampel *total sampling*. Variabel dalam penelitian ini adalah keteraturan pelaksanaan senam hamil pada ibu primigravida. Pengumpulan data dengan kuesioner. Pengolahan data menggunakan tabel distribusi frekuensi.

Hasil penelitian dari 18 responden didapatkan sebagian besar responden teratur dalam melakukan senam hamil sebesar 13 orang (72,2%), sebagian kecil tidak teratur dalam melakukan senam hamil sebesar 5 orang (27,8%).

Simpulan dalam penelitian ini adalah ibu primigravida di Rumah Sakit Islam Jemursari Surabaya sebagian besar teratur dalam melaksanakan senam hamil. Diharapkan petugas tetap memberikan informasi tentang manfaat senam hamil secara teratur dan motivasi sehingga ibu dapat mempertahankan keteraturan melaksanakan senam hamil.

Kata kunci : ibu, primigravida, keteraturan, senam hamil.